

今年度もいよいよ最後の月となりました。4月の子どもたちの様子を思い出すと、心も身体もずいぶん成長したように思います。進級に向けて、よりかっこいいお兄さん・お姉さんになれるよう、準備しましょう。あおぐみさんはいよいよ小学生になりますね。あいゆう園で食べる給食もあとわずか…。おいしく楽しく食べられるよう、給食室も頑張ります。

幼少期の食事を通して身に着けたいこと

子どもたちが、生涯にわたって健康で質の高い生活を送るために身に着けたい基本が「食を営む力」。食生活の基礎が出来上がるこの時期に、下記のような観点から子どもたちと関わるようにご家庭でも気にかけてみましょう。



①お腹がすくリズムのもてる子ども



②食べたいもの、好きなものが増える子ども



③一緒に食べたい人がいる子ども



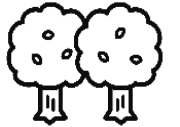
④食事づくり、準備にかかわる子ども



⑤食べものを話題にする子ども

1年間でどれくらい大きくなったかな？

新学年のスタート時、野菜が残りがちだった給食も、今ではほとんど完食できるようになりました。嫌いな食べ物も、食べられるようになり、成長を感じます。また身体の成長に合わせて、年に2回給食の提供量の見直しを実施しました。子どもの成長は早いもの。毎月、身体測定を実施しているので、1年間の記録を母子手帳の身体発育曲線や身体体重曲線で確認してみてもいかがでしょうか。



ひなまつり（3月3日）～上巳（桃）の節句～

ひなまつりは、季節の節目を示す5節句のうちの一つで、江戸時代のころから女の子の健やかな成長と幸せを願う行事として広まりました。

<ひなまつりの行事食>

散らし寿司：エビ、蓮根などの縁起物で作り、華やかな雰囲気を出す。

はまぐり：対になる貝殻が中の良い夫婦に見える。

ひなあられ：春は緑、夏はピンク、秋は黄色、冬は白の4色で四季を表す。

菱餅：緑は春の七草、白は菱の実、赤は魔よけの意味で3色の餅。

白酒(甘酒)：祝い事で大人が楽しむための酒。(子どもは甘酒を楽しむ)

